

GABRIELLE ROTHOVÁ

Souvislosti

Vlákna
intuitivní moudrosti



MAITREA

Souvislosti

GABRIELLE ROTHOVÁ

Předmluva od Jonathana Horana

Souvislosti

Vlákna
intuitivní moudrosti

Přeložila Lenka Adamcová



KATALOGIZACE V KNIZE – NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR

Roth, Gabrielle

[Connections. Česky]

Souvislosti : vlákna intuitivní moudrosti / Gabrielle Rothová ; z anglického originálu Connections ... přeložila Lenka Adamcová. -- První vydání v českém jazyce. -- Praha: Maitrea, 2016. -- 182 stran
ISBN 978-80-7500-224-2

159.956 * 13 * 159.9.016.1 * 159.923.2 * 793.3 * 615.8:793.3

– intuice -- duchovní aspekty

– duše a tělo

– sebepoznání

– tanec -- duchovní aspekty

– taneční terapie -- duchovní aspekty

– populárně-naučné publikace

615.8 - Fyzioterapie. Psychoterapie. Alternativní lékařství [14]

Gabrielle Rothová

Souvislosti

Connections

Copyright © Gabrielle Roth, 2004

Translation © Lenka Adamcová, 2016

Czech edition © MAITREA a.s., Praha 2016

ISBN 978-80-7500-224-2 (tištěná kniha)

ISBN 978-80-7500-445-1 (epub)

ISBN 978-80-7500-446-8 (mobi)

ISBN 978-80-7500-444-4 (pdf)

Drahá Gabrielle,

když mi bylo pět let, vzala jsi mě na Havajské ostrovy a tam jsem byl seznámen s jedním ze svých největších učitelů – oceánem a jeho vlnami.

Tam, pod nádherným sluncem, v teplých tropických vodách, započaly naše lekce. Lekce víry, odevzdání se a naprosté důvěry.

Matka Oceán mi posílala drobné impulzy z dále; vítr z pobřeží kontinentu, přes oceán vzdáleného, si v těchto nádherných okamžicích nacházel cestu k nám. Dmutí vln, které nás zdravily, mě zvedalo ze země, klouzalo se mnou, kolébalo mě, kutálelo mě nahoru po písku a zpátky. Pokaždé jsem skončil zase na nohou a v extázi jsem se s pusou od ucha k uchu smál.

Ten malý kluk se nadšeně odevzdával vlnám, které byly součástí něčeho mnohem většího, něčeho mnohem silnějšího. Místo, abych se bál neznámého v těch vlnách – odkud přicházejí, jestli mi neublíží – jsem se jim okamžitě naučil důvěřovat. V této důvěře, v tomto odevzdání se jsem nacházel dokonalou blaženost. Tato moje první výuka byla o tom odevzdat se plynutí proudu bez ohledu na to, jak chaotický je, důvěřovat, že vše bude přesně tak, jak to má být.

Plynutí je můj ústřední rytmus. Je to moje jedinečné tempo a načasování. Je to přirozený stav mého bytí. V něm se nachází moje uzemnění, soustředění a plynulost. Odtud jsi mě vždy učila začínat a sem se zpátky navracet.

Ty jsi byla mým duchovním mistrem, Gabrielle, kamarádkou a milovanou matkou. Ty jsi dala tomuto světu nejvzácnější mapu, velkolepý tanec života.

Byla jsi mystikem moderních dní odhalujícím nejhlubší mysteria.

Byla jsi revolucionářkou v pohybu těla.

Ukázala jsi nám, že jsme všichni pouze **jedním**.

Učila jsi nás, že naši životní cestou je proměnit svá zranění v tanec a dovolit tanci, aby nás na oplátku vyléčil. Roztříštěné vede ztělesněné, ztělesněné vede roztříštěné. „Proměňme své utrpení v umění, umění v uvědomění, uvědomění v konání.“

Vrátila jsi nám naše těla, v nichž můžeme najít veškeré odpovědi, které jsme kdy hledali.

Když jsem byl dítě i po celý můj další život jsi stále opakovala: „Pohyb je lék.“ Identifikovala jsi tyto pohyby jako Vlny; žádala jsi nás, abychom vytvářeli dobré začátky a dobré konce a děkovala jsi za prostor pro ně, aby kroužily znovu a znovu a znovu, a vytvářely tak cestu, která je celým naším životem. Vychovala jsi mě k lásce, respektu a soucitu vůči celé této cestě a ukázala jsi mi, že tohle tělo je cestou. Já nejsem na této cestě. Ona je ve mně.

V květnu 2012 jsme se s Robertem, Lucií a Sangou, naší rodinou, vydali na cestu tam, kde 5Rytů začalo – do Esalen Institutu v kalifornském Big Sur. Tato posvátná země byla matkou mnoha významných počinů, které navždy změnily svět takový, jaký jsme ho znali. Tato země a lidé, kteří jí sloužili, ti poskytli prostor pro hledání duše za použití těla a ty jsi až do dne své smrti bez námahy předávala tuto léčivou práci každému, kdo zkrížil tvoji cestu.

Ostrá čepel tvé rakoviny si v těch dnech prořezávala cestu tvým tělem a ty jsi svou bolest vedla tak, aby napájela tvůj seminář, který měl naplnit tvůj kruh a vytvořit dobré zakončení tam, kde se

5Rytmů zrodilo. Neřekla jsi tehdy, že to je tvůj poslední seminář, ale myslím, že jsi to věděla.

A měla jsi jasno – nebyl to konec tvého odkazu. Byl to začátek další vlny energie.

Miloval jsem spolupráci s tebou. Každý okamžik byl inspirující. Mnohokrát jsem tě slyšel mluvit o stejných věcech, nikdy jsem tě ale neslyšel říct dvakrát to samé. Tvoje vědění jako by vycházelo z tvé krve, z tvých kostí. Nebyla jsi učitelkou. Byla jsi učením.

Učila jsi mě, že aby člověk mohl být učením, musí být hledačem. Ty jsi hledala svá chodidla. Když jsi svou mysl vložila do svých chodidel, stala ses čímśi nepopsatelným, fascinujícím a podmanivým.

Byla jsi tou nejautentičtější ženou a lidskou bytostí, s jakou jsem se kdy setkal. Nově jsi vymezila to, co pro mě znamená autorita. Věděla jsi, čím jsi, kdo jsi a kam směřuješ. A když jsi objevila, jak se tam dostaneš, za pomoci jazyka 5Rytmů, nepřekvapilo tě, že jsi nacházela po celém světě další hledače vlastních chodidel, aby tě na této cestě doprovázeli.

Nedlouho před tím, než jsi odešla, jsi pro mě sestavila tenhle poslední dopis. Nějak jsi z hloubi srdce věděla, že jednoho dne budu potřebovat slyšet tvoje slova.

O šest měsíců později jsem od tebe dostal tato slova právě v den, kdy jsem vytvořil vizi pro další vlnu učitelů 5Rytmů:

Můj Jonny,

požádala jsem slečnu Morganovou, aby pro mě tenhle dopis napsala a dala ti ho šest měsíců po tom, co odejdu. Tenhle dopis je pro tebe a cítím, že tato slova uslyší mnozí. Nech je letět.

Držela jsem v rukách zrcadlo.

*Držela jsem tohle zrcadlo před sebou, abych sáhla hluboko do svého nitra.
Držela jsem tohle zrcadlo před druhými, aby oni sáhli hluboko do svého nitra.*

Držela jsem tohle zrcadlo před sebou a druhými, abychom sáhli hluboko do svého nitra společně.

Tohle zrcadlo každému dovoluje od něj odejít.

Tohle zrcadlo každému dovoluje zase se k němu vrátit.

Tohle zrcadlo se nerozbije.

Dala jsem tohle zrcadlo tobě.

Drž ho tak, jak jsem to dělala já.

Když se do toho zrcadla podíváš, vždycky mě uvidíš.

Jsmo jedním. Miluju tě.

Teď to zrcadlo držím, mamí, s úctou a vděčností.

Můj učitel Richard Heckler, mistr aikido, mě učil, že v Japonku existují tři různé úrovně vděčnosti.

- První je ta, kterou prokazujeme někomu, kdo nám otevírá dveře.
- Druhá je vůči někomu, komu důvěřujeme, když s ním necháme své děti.
- Ta třetí je nejvyšší formou vděčnosti, když někdo změní náš život úplně a navždy a my máme pocit, že to, co jsme dostali, nikdy nebude splaceno. Právě tuto třetí úroveň vděčnosti cítím vůči tobě, své matce, učitelce a nejlepší přítelkyni. A vím, že v tom nejsem na světě sám.

Nikdy ti nebudeme moct splatit to, co jsi nám dala. My všichni máme možnost věnovat to zpátky do kruhu, dát tato zranění, tyto cesty a tyto tance do energií 5Rytmů, které nás provázejí našimi cykly v tomto těle, v tomto životě.

Když se dívám na kmen 5Rytmů po celém světě, vidím jednotu v jedinečnosti, jedinečnost v jednotě. Nemůžeme vést, pokud nedokážeme následovat. Nemůžeme následovat, pokud nedokážeme vést. Jak jsi napsala v této knize, pohybující se střed v nás je tím, co musíme následovat. Důvěřovat zdroji, centru těla, že nás provede cestou tohoto života.

Dál budu hledačem, dál budu předkládat své oběti tančícím tělům po celém světě a budu pokračovat ve tvém odkazu být učením 5Rytmů.

Před mnoha lety jsi mi věnovala tuto knihu a poctila jsi mě označením „strážce plamene“. Já teď vzdávám úctu tobě, Matko všech revolucí.

Tanči v míru, Gabrielle.

S láskou
tvůj student, tvůj učitel, tvůj nejlepší přítel,
tvůj nekonečně vděčný syn
Jonathan

Až do svých úplně posledních dnů, kdy se Gabrielle stávala stále éteričtější, pracovala z celého srdce na přípravě druhého vydání tohoto drobného mistrovského díla, a zanechala nám tak dárek na rozloučenou. Vždycky ho považovala za svou malou čarodějnickou knihu. Předává nám v něm průvodce k naší intuici, vláknu, které nás spojuje s Velkým Tajemstvím. Užijte si tyto skvostné příběhy a poučení. Nechť posílí váš tanec a vnesou víc kouzla do vašeho života. Obnovte mysterium.

JAH 2014

*Pro Jonathana,
milovaného syna,
strážce plamene*

Mám toho nejskvělejšího vydavatele. Joel Fotinos je úžasný. Inspiroval tuto knihu a s grácií a trpělivostí ji i mě provedl jejím vývojem. Děkuji jemu a své kouzelné a loajální agentce Candidi Fuhrman za to, že pro mě byli plně přítomní pokaždé, když jsem je potřebovala.

Za své editory padám na kolena. Desettisíckrát mě vytáhli z temnoty. Jsem hluboce vděčná Lindě Kahn a Halu Bennetovi. Linda se mnou tuto cestu začala a také skončila, a ačkoli jsme nikdy neopustily můj gauč, procestovaly jsme mnoho tajemných krajů. Její řemeslná dovednost byla klíčová pro tuto knihu, stejně jako její důvtip a moudrost. Hal Bennet mě potkal na půli cesty a prostřednictvím nekonečných rozhovorů a návrhů uskutečňovaných na dálku tento projekt prostupoval poezií a zanícením. A velký dík Robertu Ansellovi, mému úžasnému muži, který neúnavně (tedy skoro) četl, korigoval, psal a stepoval po každé stránce každé pracovní verze.

Mnoho úžasných lidí vneslo do této práce své umění, kreativitu a příběhy. Obzvláště chci poděkovat Jewele Mathieson za její skvělou poezii, Jonathanu Horanovi za to, že žije šamanský život a že se o sebe nebojácně a velkoryse dělí, a také za to, že mě na této cestě udržoval v realitě.

A nedokázala bych tuhle cestu uskutečnit bez své party a několika lidí zvenčí. Jsou to: Donna Karan, černá sestra, která mě

stále znovu a znovu přenášela přes velkou vodu, vracela mě k józe a mému úžasnému učiteli jógy Rodneymu Yee; Terry Iacuzzo, můj šamanský kamarád; Johnny Dark, tajný mystik; Lynn Kohlman, bojovnícké zlatíčko; Eliezer Sobel, zenista; Lorca Simons, rocková hvězda; Bobby Bethea, důvěřivá duše; Robby Anton, divoký anděl; Marty Klein pohybuující se na hraně; Martha a Zeet Peabodyovi, elektrické múzy; Muireann O'Callaghan, neúnavná badatelka. A díky Jaredu Pitmanovi, mému sousedovi z letu United Flight 10 z LAX do JFK, jehož nevinnost a zvědavost prorazily můj spisovatelský blok.

A chci poděkovat pouličním bojovníkům z The Moving Center za to, že vždy byli připravení dávat, sloužit, obětovat se a létat až do nebe. Jsou to: Kathy Altman, Susannah Darling Khan, Ya'Acov Darling Khan, Jonathan Horan, Andrea Juhan a Lori Saltzman. Moje vděčnost zahrnuje vlastně všechny moje studenty – každý z nich byl katalyzátorem pro prohloubení mého uvědomění.

A v Tarcher/Penguin obrovské díky Terri Hennessy za její radostný, zábavný přístup k redakční práci a také za pomoc se zajištěním, aby kniha úspěšně prošla celým systémem; Meredith Phebus děkuji za její čarodějné produkční umění; a Mitchovi Horowitzovi jsem vděčná za jeho nadšení a podporu.

PŘEDMLUVA	VII
PODĚKOVÁNÍ	XV
PROLOG	1
KŘÍŽUJEME PRÁZDNOTOU	7
TANEC V TEMNOTĚ	37
POMALU TANČÍM S CHAOSEM	71
SPŘÁDÁNÍ SÍTĚ	101
JEDINÉ, CO MŮŽU DĚLAT, JE TANČIT	143
ZDROJE INFORMACÍ	177
SVOLENÍ S PŘETISKEM	181

Nechť je nám velkým a vrcholným mysteriem ve světle přírody, že bytost se může zcela ztratit a pozbýt svou formu a tvar jen proto, aby se následně vynořila odnikud a stala se něčím, s potenciálem a ctností mnohem ušlechtilějšími, než jakými disponovala na počátku.

PARACELSUS

Vaše umění, to je Duch svatý vanoucí skrze vaši duši.

JACK KEROUAC

Před dvaceti lety jsem se pustila do hledání dokonalého místa pro život na Manhattanu. Sedm měsíců jsem se plahočila z jednoho konce ostrova na druhý a prohlížela si byty, městské domy, lofty a dokonce i prázdné kostely. Myslím, že jsem svého realitního makléře dohnala do podpůrné psychoanalytické skupiny. Jednoho dne krátce poté, co jsme si prohlíželi jeden byt ve Village, jsme uvízli v zácpě v jednosměrné ulici. Podívala jsem se z okna a všimla si kousku papíru přilepeného na dveřích jedné budovy. Così mě přinutilo vyskočit z auta. Na lístku stálo, že v domě je v pátém patře k pronájmu byt. Zazvonila jsem na bzučák u dveří a majitel mi to místo ukázal. Ve chvíli, kdy jsem překročila práh, jsem věděla, že jsem doma.

Jeden můj kamarád týden lyžoval v Aspenu. Zrovna, když se měl podle plánu vrátit domů, předpovídali meteorologové obrovskou bouři, takovou, která mohla po sobě zanechat pěknou vrstvu čerstvého prašanu. Nic ho netlačilo k návratu domů – byl svobodný a na volné noze – ale z nějakého podivného důvodu nastoupil do letadla, posledního, které ten den odlétalo. Ve městě se vydal na večírek, kde jeho sestřenice slavila narozeniny. Hodinu po půlnoci si oblékal kabát, že už půjde, ale sestřenice ho zastavila: „Nemůžeš

odejít, aniž bys poznal moji kamarádku.“ Představila je a oni si dvě hodiny povídali. Za měsíc si už hledali byt pro společné bydlení a do roka se vzali.

Můj známý investiční bankéř jedno ráno ležel v posteli sužovaný vysokou horečkou a uvažoval, že ten den zůstane doma. Něco ho ale přinutilo spolknout nějaký tylenol (obdoba paralenu, *pozn. překl.*) a dovést se do kanceláře. Ten den uzavřel obchod, který zcela změnil jeho kariéru.

Shoda okolností? Náhoda? Zázrak? Zásah shůry? Jsou to případy, které se stávají jednou za život, zcela nepředvídatelně, jednou za uherský rok? Nebo můžete svůj život žít v takových mystériích, celou dobu na magických vlnových délkách, jistí si tím, kým jste, kam směřujete a jak se tam dostanete, aniž byste prožívali muka a šleli kvůli každému rozhodnutí? Ano, můžete. Je to jen otázka osvobození vaší duše, aby mohla následovat svou pravou cestu za pomoci intuice – oné posvátné jiskry boží moudrosti – coby svého průvodce.

Jakmile svou intuici probudíte a navyknete si jí naslouchat a jednat v souladu s ní, každé rozhodnutí ve vašem životě, ať už jde o to, co si máte objednat v restauraci, nebo jestli přijmout novou práci, oženit či vdát se, otěhotnět nebo vstoupit do ášramu, bude odrážet a zohledňovat vaši vnitřní pravdu. Finta nespočívá v tom snažit se najít odpověď na všechny otázky, které se vám honí hlavou. Místo toho pojměte jakékoli informace, které potřebujete, do svého těla, důvěřujte svým útrobám, když tančíte nebo meditujete nebo se procházíte, zkrátka při jakékoli činnosti, při níž vstupujete do skutečně uvolněného stavu mysli, a budete vědět, co máte dělat. Vždycky tomu tak bylo a vždycky tomu tak bude.

Jedné mojí kamarádce diagnostikovali rakovinu prsu. Jednou z možností, které měla, byla mastektomie, druhou pozorovat

a čekat. Její chirurg jí navrhnul, aby si dala pár týdnů odstup a nepřemýšlela o tom. Řekl jí: „Jděte domů a zabavte se něčím. Hluboko v sobě už víte, co potřebujete udělat. Uvažovat o tom – vynucovat si nějaké řešení – vám způsobí jenom úzkost a nakonec lítost. Za jeden nebo dva týdny prostě budete vědět, co máte dělat.“ A ona ho poslechla.

Představte si, že bychom mohli proplouvat svými životy a po každé vědět, co máme nebo nemáme dělat! My to ve skutečnosti víme, ale nedůvěřujeme této vnitřní moudrosti tak často, jak bychom mohli. Intuitivní život nám umožňuje číst jemné změny ve vibracích, rozlišovat mezi strachem, fantaziemi a skutečným nebezpečím a vědět, kterým směrem se vydat, když na cestě narazíme na nějaké rozcestí. Znamená to rozlišovat, kým jste, od toho, kým nejste, a zjistit, kde vaše charakteristická osobní pravda splývá s větší pravdou univerza. Je to způsob bytí.

Každý z nás přichází na svět stoprocentně intuitivní; je jen potřeba přihlásit se o vlastní přirozené právo, ujmout se svého dědictví. Abyste to mohli udělat, musíte poodstoupit ze své cesty a odhalit věci, které blokují, ruší, rozptylují, potlačují a oslabují přirozený tanec vaší intuice.

Navázání kontaktu s vlastní intuicí nemá za účel předvádět se, oslňovat, odlišovat se od ostatních coby talentovanější nebo zajímavější nebo „naladěnější“ než kdokoli jiný. Být v kontaktu s vlastní intuicí je naopak ta nejvíc pokořující zkušenost, kterou znám. Místo aby vám to pomáhalo vyzdvihovat sami sebe, znamená to vzdávat se vlastního já a stát se nádobou, kanálem, nástrojem. Nejvyšším účelem intuice je sloužit vašemu vyššímu já a vyššímu já druhých a pomáhat druhým lidem prožívat tajemnou moudrost duše.

Abychom si mohli plně uvědomit své intuitivní schopnosti, potřebujeme být instinktivní, intimní, soustředění, celiství

a inspirování. Každá z těchto energií je jednou z faset intuice, naším spojením s božskou silou, která hýbe vším existujícím. Problém nastává, když přestaneme nejvyšší inteligenci důvěřovat, když dovolíme, aby naši intuici zahltily a oslabily hlasité, reaktivní, defenzivní hlasy ego.

Ego je kompletně o sebedůležitosti. Don Juan Carlose Castanedy ho nazývá „cizorodým objektem“. Nemá nic společného s tím, kým skutečně jsme, kam směřujeme nebo jak se tam dostaneme. Ve skutečnosti dokáže jenom sabotovat jakékoli pátrání po tom, co je pravdivé, skutečné a hodné naší pozornosti. Ego nás chce definovat, skrývat, znevažovat, oddělovat a sabotovat. Žije ve stínech a vylézá jako krtek pokaždé, když saháme po něčem skutečném. Je to gerilový bojovník, který vyskočí z džungle a přepadne nás ve chvíli, kdy si prosekáváme cestu ke ztracenému království. Naším posláním je odolat jeho útokům a zůstat soustředění na svůj nejvyšší cíl – odhalit svůj jedinečný tanec, jímž může každý z nás nejlépe posloužit lidstvu.

Jestliže intuice je náš superhrdina, náš vnitřní Batman, pak ego je náš vnitřní Joker, který neustále kuje pikle, jak nás zničit, a buduje překážky, které nám mají zabránit v naplnění našeho osudu. Abychom svou intuici osvobodili, musíme své ego přelstít.

Přicházíme na svět se schopnostmi, které mají nějakým způsobem sloužit světu, a ať je náš přínos jakkoli malý nebo jakkoli velký, naším úkolem je odhalit ho. A nejrychlejší cestou k tomu je zapustit hluboké kořeny v tajemném fungování našeho vnitřního světa. Pro mě být zakořeněná znamená nacházet svá chodidla a pohybovat se v rytmu tlukotu světa. Když tančíme, probouzíme se, řádíme a jsme svůdní sami pro sebe, bavíme se a zapomínáme na všechny ty absurdní hlouposti všude kolem. V tanci se stáváme skutečnými, svobodnými, překonáváme sami sebe. Pohyb nakopává zadek.